

Übersichtskarte	6
Vorwort	8
<b>1 Barockes Kloster mit modernem Wandelweg</b>	
Vom Kloster Kamp zum Zechenpark	10
<b>2 Wo Kinder ins Mittelalter reisen können</b>	
Schloss Moers und der Musenhof	20
<b>3 Wassergott am größten Binnenhafen der Welt</b>	
Mercatorinsel und Duisburg-Ruhrort	26
<b>4 Ein bisschen wie in Skandinavien</b>	
Duisburger Sechs-Seen-Platte und Wolfsberg	34
<b>5 Wo sich moderne Kunst und Luchse treffen</b>	
Rund um das Schloss und den Kaiserpark in Oberhausen	42
<b>6 Viel mehr als nur eine schöne Aussicht</b>	
Auf die Halde Haniel und in den Kölnischen Wald	52
<b>7 Münchhausen lässt grüßen</b>	
Die Festungs- und RheinStadt Wesel	58
<b>8 Ausflug ins Münsterland</b>	
Naturerlebnis für Familien rund um Schloss Raesfeld	66

<b>9</b>	<i>Mystik und Geschichte</i>	
	Wallfahrtskirche Annaberg und Römermuseum in Haltern	<b>72</b>
<b>10</b>	<i>Wie Sand am Meer</i>	
	Die Westrupe Heide und der Halterner Stausee	<b>80</b>
<b>11</b>	<i>Den Sternen so nah</i>	
	Rund um die Halde Hoheward	<b>88</b>
<b>12</b>	<i>Das heimliche Zentrum der Ruhrmetropole</i>	
	Der sagenumwobene Tippelsberg	<b>98</b>
<b>13</b>	<i>Was die Sterne uns erzählen</i>	
	Am Radom in Bochum	<b>104</b>
<b>14</b>	<i>Ausblicke und Einblicke</i>	
	Burg und Dorf Blankenstein & Gethmannscher Garten	<b>110</b>
<b>15</b>	<i>An der Wiege des Ruhrgebiets</i>	
	Muttental, Ruine Hardenstein und Zeche Nachtigall	<b>118</b>
<b>16</b>	<i>Für jede(n) etwas dabei</i>	
	Zwischen Peterskirche und Hohensyburg	<b>124</b>
<b>17</b>	<i>Versteinertes Meer</i>	
	Die Kluterthöhle in Ennepetal	<b>134</b>
<b>18</b>	<i>Von tanzenden Frauen und Seenixen</i>	
	Haus Opherdicke und sein Skulpturenpark	<b>138</b>
<b>19</b>	<i>Sich dem Heiligen hingeben</i>	
	Schloss und Stiftskirche Cappenberg	<b>146</b>
<b>20</b>	<i>Vom Blau des Himmels und des Wassers</i>	
	Zwischen der Marina Rünthe und der Halde Großes Holz	<b>152</b>